

FILET MIT KLAPPERSCHWAMM



Für 4 Personen



Zubereitungszeit: ca. 30 Min.



Zutaten:

- 600 Gramm Filet
- Öl zum Einpinseln
- 1/4 Tasse Butter
- 1 große Zwiebel, gehackt
- 1 Esslöffel Zucker
- 1/4 Tasse trockenen Rotwein
- 500 g Klapperschwamm (Maitake)
- Salz
- Pfeffer



Zubereitung:

Schneiden Sie das Filet quer zur Faser in Stücke von zehn Zentimetern. Streuen Sie Salz und Pfeffer darüber und tunken sie die Stücke in Öl.

Frittieren Sie die Zwiebeln in Butter bis sie goldgelb sind. Geben Sie den Zucker dazu und karamellisieren diesen. Den Wein hinzugeben und gut verrühren. Pilze hinzugeben, aufkochen, abschmecken und vom Herd nehmen.

Eine Pfanne auf den Herd stellen und heiß werden lassen. Braten Sie immer zwei oder drei Fleischstücke zusammen in der Pfanne an und servieren diese mit der Pilzsoße.

Kostenfreie Hotline für Deutschland: 0800 / 74 59 746 International: 00800 / 74 59 7467

Hawlik Gesundheitsprodukte GmbH
Gewerbestr. 8
D-82064 Straßlach

Tel: (+49) 08170 / 9959 - 0
Fax: (+49) 08170 / 9959 - 250
E-Mail: KAM@pilzshop.de
www.pilzshop.de

Sitz der Gesellschaft: Straßlach
HRB 187334 AG München
Geschäftsführer:
Willy Hawlik, Benjamin Hawlik

HAWLIK
GESUNDHEITSPRODUKTE